Des CHEVAUX et des HOMMES
une RELATION THÉRAPEUTIQUE

Sommaire

UNE RELATION THÉRAPEUTIQUE ?

I-1 Anthropocentrisme

I-2 Anthropomorphisme

I-3 Ethologie

II-1 ***LE CHEVAL SOURCE DE BIEN ÊTRE ?***

II-2 Echanges émotionnels et gestuels.

III-1 ***LE COMPORTEMENT DES CHEVAUX***

III-2 La domestication

III-3 L'équitation

IV- ***QUELLE APPROCHE THÉRAPEUTIQUE***

V- ***LE THÉRAPEUTE***

UNE RELATION THÉRAPEUTIQUE ?

Différentes pratiques telles que le sport adapté, la psychothérapie, la rééducation, l'éducation spécialisée proposent l'utilisation des chevaux auprès de personnes atteintes de pathologies physiques, mentales ou de difficultés psychosociales.

Les appellations utilisées reflètent cette diversité : ***thérapie avec le cheval, équithérapie, hippothérapie, activité équestre à intention thérapeutique, équitation adaptée .....***Il est donc communément admis que sur de nombreux plan, le cheval soit un allié intéressant..... Son mouvement, sa forme, ses qualités relationnelles, sa présence physique, la symbolique ces atouts sont nombreux pour enrichir la pratique des kinésithérapeutes, des psychomotriciens, des éducateurs ou des psychothérapeutes.

Bien que différents par la nature de leurs préoccupations respectives, qu'il convient de dissocier, ces courants ont pour dénominateur commun la relation entre l'homme et le cheval. Existerait il un "effet cheval"? Et quelle spécificité, le cheval aurait que d'autres supports, d'autres "médias" n'auraient pas ?

Mon propos ne sera pas de remettre en question des bénéfices thérapeutiques et éducatifs repérés ou "rationnels" c'est à dire suceptible d'être constatés et expliqués; telle que la rééducation fonctionnelle, la socialisation, mais de rechercher **l'essence même de la valeur thérapeutique de la relation homme/cheval. "l'effet cheval", au centre de notre préoccupation quireste encore trop souvent décrit comme mystérieux, irrationnel et finalement éludé sur le plan de sa valeur thérapeutique spécifique.**

Quittons pour un moment, le domaine de nos certitudes, de nos assertions souvent ambigues, et prenons le temps de revoir sous un autre angle cette relation afin d'interroger nos pratiques. Nos investigations n'auront sans doute pour résultats que des hypothèses qui resteront à valider, mais si le questionnement est le résultat de cette approche son objectif sera atteint !

1 THÉRAPEUTIQUE ?

Donner du sens à nos pratiques, c'est pour le moins si l'on veut parler de soin psychique, d'essayer d'approcher la notion d'effet thérapeutique, afin de pouvoir proposer une intervention au plus près des besoins des personnes.

En fonctions de notre expérience , des constats , nous pourrons alors tirer des conclusions sur les contre-indications, le bon dosage, toutes questions primordiales qui accompagnent l'intention thérapeutique et qui ne peuvent avoir de réponses que dans l'approfondissement de la connaissance du mécanisme thérapeutique, fusse t-il comme c'est le cas avec notre propos complexe à aborder.

Avant d'aller plus loin il semble nécessaire de relativiser **quelques lieux communs** .“Le cheval ne juge pas, il est imposant, source de chaleur, sans intentionnalité dans son comportement” nous dit-on ...

Toutes ces “qualité” ont certainement leurs fonctions parmi d'autres dans le potentiel thérapeutique des chevaux et ne sont pas à remettre en question, mais cela suffit'il à établir un protocole de soins ?

Les thérapeutes du coté de l'approche psychanalytique définissent leurs pratiques et attribuent au cheval la fonction de “médiateur au service du processus thérapeutique” ainsi facilité ou amplifié.

Le cheval est sans doute “un lieu” idéal de rencontre entre le psychothérapeute et le sujet, mais avant de réduire le cheval à cette fonction sans approfondir qu'elle en serait les qualités et spécificités autrement qu'en des termes symboliques, ne permet pas d'isoler la nature thérapeutique spécifique .

Bien d'autres **médiations psychocorporelles** présentent des intérêts non négligeables, l'eau, le vide, la matière, le son, le corps humain lui-même, sans compter si l'on parle de zoothérapie, du chien, des dauphins alors pourquoi et surtout **comment** utilisé le cheval ?!

Quelles sont les “portes d'entrées” qui pourraient nous conduire à la compréhension de cette relation et quels en seraient les obstacles.

I-1 L'anthropocentrisme.

Ce premier écueil est vieux comme le monde :

Poser la question autour de vous pour avoir un aperçu des difficultés qui nous attendent : **l'homme est-il un animal ?**

Sans parler des thèses créationnistes qui retrouve aujourd'hui un certain succès nombreux sont les courants intellectuels qui nuancent.La psychanalyse dans ce débat apporte une réponse de normand : "l'homme est un animal, admettons mais pas comme les autres, il a un langage, des émotions, des fantasmes."

Aussi bien que psychanalyse et éthologie soient sur certains points fondamentalement opposés, Freud a pu déclarer :

"**Le second démenti fut infligé à l'humanité par la recherche biologique lorsqu'elle a réduit à rien les prétentions de l'homme à une place privilégiée dans l'ordre de la création, en établissant sa descendance du règne animal et en montrant l'indestructibilité de sa nature."**

Je ne chercherai pas d'ailleurs à convaincre les incrédules mais citerai simplement **Karl Lorenz :** "**Nous avons trouvé le chaînon manquant entre l'homme et le singe : c'est nous.**"

Il est établi que de nombreuses espèces ont des registres de communications et de langages très élaborés, le monde animal dont nous sommes, nous réserve encore bien des surprises quant à ses potentialités. *L'homme n'est pas au centre du monde, n'a pas le privilège de la perception et de la communication, il vit comme d'autres être vivant au sein d'un environnement, un écosystème.*

I-2 De l'anthropocentrisme à **l'anthropomorphisme** il n'y a qu'un pas.

Le comportement du cheval, ou de n'importe quel autre animal, sera alors perçu par nous à travers nos propres grille de lecture du comportement.

L'interprétation anthropomorphique, attitude bien pratique mais improductive et réductrice, se substitue au simple constat, et nous faisons alors dire aux chevaux ce que nous avons envie d'entendre :

"Il n'a pas envie de me voir, il est content d'aller au travail, il me comprend !" .....

C'est en faisant l'effort de mettre ces à priori de coté que nous pouvons enfin regarder, sans comparer, sans préjuger, ce qui peut vraiment se passer au plan des émotions, des sensations dans la relation entre deux espèces animales fussent-elles empreintes de conditionnement ou de culture.

I-3 C'est sans doute du coté de l'éthologie que nous trouverons des réponses.

L'éthologie est une science qui se situe dans le prolongement de la biologie et est principalement axée sur l'étude du comportement des espèces dans leur milieu naturel par l'observation et le recueil de données, de constantes. Cette grammaire du comportement est propre a chaque espèce. L'homme ne fait pas exception à ce constat.

Il est a précisé toutefois que "l'étude du comportement" (éthologie) et les "thérapies comportementalistes" n'ont rien en commun.

La difficulté de l'approche éthologique qui est une discipline scientifique, en ce qui concerne notre sujet d'étude est de tenir compte des multiples variables : domestiqué, dressé pour le cheval, ou acculturé pour l'homme.

S'il est vrai que ces deux espèces sont bien loin de leurs conditions et de leurs milieux naturels il n'en est pas moins vrai que leur rapport au delà de ce qui est visible en surface reste profondément gravé au sein des programmes génétiques des deux espèces.

Même si culture ou conditionnement modifient sensiblement les comportements de part et d'autre, on peut parier que la rencontre aboutira à un moment ou à un autre à des comportements, des émotions orientées par les programmes initiaux.

La relation avec le cheval, le monde animal, la nature est dans notre culture occidentale devenue lointaine, cette relation est encore dans nos gênes, nos schèmes comportementaux :"Chasser le naturel, il revient au galop."

II-1 LE CHEVAL SOURCE DE BIEN ÊTRE ?

Très souvent, affirmée cette "vérité" est bien vite remise en question. Les inconditionnels de nos équidés sont nombreux sans doute, mais ils ne le seront jamais autant que les personnes effrayées à l'idée de monter un cheval ou même de l'approcher.

Je ne parle pas ici du petit Hans de Freud et de la phobie en tant que pathologie psychique, mais de la méfiance finalement très raisonnable qui anime un être doué de réflexion, de réflexes et capable d'adaptation.

Face à l'inconnu l'homme est prudent, méfiant ou pour finir totalement distant. Il peut aussi devenir curieux, être capable d'investigations, et c'est le principal atout du prédateur que de toujours provoquer la réaction chez l'autre afin d'adapter sa propre conduite (stratégie) La peur restant la meilleure garantie de la sécurité physique .

Que cela soit la curiosité, l'investigation, la recherche, la prise de risque tous ces comportements sont nécessaires à la survie de l'espèce sans lesquelles la vie dans un environnement non testé est un véritable danger.

Quel est notre ressentiment face à une situation nouvelle, en présence d'un cheval que nous soyons "patient" ou soignant ?

Qui d'entre nous n'a jamais eu les tripes nouées en montant un jeune cheval ? Dans toutes situations similaires, se hasardant à approcher "un inconnu" du monde vivant, potentiellement imprévisible dans ses réactions, l'homme est avant tout un..... "humain" au sens neurobiologique, "l'être pensant" étant à ce moment là en second plan…

Chaque espèce, en fonction de sa place au sein de l'écosystème, a développée au cours de l'évolution ses propres programmes d'adaptations associés à de multiples formes de réactions physiologiques.

Le pouls s'accélère, le souffle manque, les actions réflexes précèdent la volonté motrice à moins que l'inhibition la paralyse totalement

Toute la gamme des réponses de l'organisme se déploie face à la simple rencontre de l'inconnu.

Il semble bien que c'est à ce point là que la question de "l'intérêt thérapeutique" peut se poser, et que toutes les hypothèses pour y répondre seront à exploiter.

La peur, cette appréhension, est ce qu'il nous reste de notre statut de prédateur Approcher, toucher, monter un cheval, c'est à chaque geste un choix d'investigations pour approcher une espèce que nous ne connaissons pas et dont le comportement nous fascine.

C'est à partir de cet instant que se perd quelquefois la confiance aveugle du cavalier le plus expérimenté, c'est à ce moment que naissent ou plutôt réapparaissent les réactions propres à nos espèces respectives.

La finalité des apprentissages (l'équitation), et de l'habituation (le dressage) aussi bien chez l'homme que chez le cheval sera alors **de favoriser l'intégration de comportements paradoxaux, acquis par la désensibilisation en neutralisant** les signaux de danger initialement perçu par l'organisme.

Beaucoup de chevaux gardent des comportements imprégnés d'expériences négatives. Il en est ainsi des chevaux qui "tirent au renard", qui partent en ruades en prenant le cavalier, qui ne supporte pas telle ou telle manipulation.

Beaucoup de cavaliers, témoignent également de vécus marquant, qui peuvent aller jusqu'au traumatisme pour avoir vécu un instant de panique au contact d'un cheval.

II-2 Regardons de plus près cette relation étroite entre l'homme et le cheval sur le plan des échanges émotionnels et gestuels.

Jean-Claude Barrey, parmi d'autres chercheurs, à l'issu d'observations approfondies, met en avant deux types de rapprochements définis par les termes "d'isopraxie et d'isoesthésie" :

L'isopraxie est une forme d'imitation gestuelle réciproque : marcher à coté de votre cheval et il prendra votre pas, tourner votre buste en désignant une direction de vos mains le cheval vous suit....

Réciproque, cela veut évidement dire que le cavalier dans sa gestuelle, sa praxie, s'imprègne du mouvement, de la manière qu'a le cheval de se déplacer et que le cheval de son coté s'imprègne du comportement corporel du dresseur.

Ce phénomène quand on l'a repéré, donne des résultats spectaculaires quand il s'agit de dresser ou de monter un cheval.

Ce processus qui a pour origine "l'imprégnation comportementale" décrite par Lorenz, est une des "trouvailles" ou plutôt une redécouverte récente au service de la pédagogie équestre du dressage exploitée par les " nouveaux maîtres".

Ces "hommes de chevaux" ont affinés par l'adresse, l'observation, leur propre manière d'être pour devenir proche physiquement des chevaux qu'ils côtoient.

La notion d'isoesthésie, sur un autre plan, peut également nous éclairer.

J-C Barrey défini cette notion comme **le partage d'un même état émotionnel** par les acteurs de cette relation

Le partage d'une émotion entre deux espèces est à comprendre sur le plan des émotions sensitives, il ne s'agit pas dans un premier temps d'empathie, qui tient de la capacité à partager une émotion, un état psychique mais de leur capacité à communiquer réciproquement leur état émotionnel dans un contexte environnemental donné.

Le potentiel émotionnel du cheval est la matière première que nous avons à notre disposition, dans ces capacités à être d'un calme et d'une régularité imposante mais aussi dans son exceptionnelle faculté à réagir aux moindres stimulations de son environnement.

Décrire le travail thérapeutique avec les chevaux comme on le voit souvent sur le mode idyllique, serait alors penser qu'il est un "gros nounours" ce qu'il n'est évidement pas.

Les chevaux qui vivent dans des centres équestres, en box et fournissent un travail régulier sont bien sûr "routinés", "mis", "bien dans leurs tête" (?!) ; cependant la relative stabilité que l'on obtient avec ces chevaux perd vite de l'intérêt, "si l'on prend en compte les problèmes de comportement généralement associés à ces conditions de vie". (J.-C. Barrey)

III-1 LE COMPORTEMENT DES CHEVAUX

Avant d'aller plus loin, **que savons-nous du comportement des chevaux et de la longue histoire qui nous a rapprochée de cette espèce ?**

Nous avons déjà évoqué l'extraordinaire contraste de comportements qui caractérisent les chevaux.

Un observateur néophyte peut repérer différents régimes toniques chez le cheval en fonction des situations et de ces cycles quotidiens.

Les chevaux se déplacent tranquillement en file indienne pour gagner un point d'eau ou changer de zones.

Ils sont en alertes et en mouvement incessant lors de l'introduction d'un nouveau venu.

Ils fuient au grand galop à l'occasion d'un événement étranger.

Ils peuvent rester des heures au calme sans aucune activité.

Chaque situation correspond à une attitude tonique spécifique.

La gamme de comportement propre à l'espèce est ainsi destinée à lui permettre son adaptation au milieu : se nourrir et s'abreuver, se reproduire, se soustraire aux dangers ou plus rarement l'affronter, trouver sa place dans le groupe social, etc.

Nous retrouvons dans les pratiques équestres du voyage, du dressage, de l'équitation de travail toutes ces composantes de comportements. Toutes les cultures équestres ont pour origine l'exploitation de ces attitudes.

Le galopeur, le trotteur, le cheval d'endurance, de traits, de travail sont le résultat de la sélection génétique des aptitudes comportementales.

Au-delà du choix des chevaux adaptés à nos projets, nous aurons dans une certaine mesure, le libre choix de solliciter chez le cheval des réactions, par des actions de stimulations ou au contraire d'utiliser son instinct grégaire et ses habitudes synonymes de tranquillité.

III-2 La domestication, des chevaux comme celle d'autre animaux est un processus que nous considérons aujourd'hui comme banal, sur le plan de la relation avec l'homme .

C'est pourtant une très longue histoire, celle de l'évolution, avec toutes ces conséquences, génétiques et culturelles.

Les chevaux, ont-ils suivi les hommes dans leurs quêtes de ressources et de nouveaux espaces ? C'est probable, il est également avéré que le cheval a été parmi d'autre une proie chassée, avant de devenir le partenaire de nos voyage, de nos guerres, de nos cultures.

Aujourd'hui, il faut sans doute se référer à des modes de vies telle que celui des nomades mongols pour réaliser et ce que signifie la domestication envisagée au sein d'un écosystème au sein duquel l'homme n'est rien d'autre qu'un être vivant.

Il n'existe d'ailleurs plus de chevaux sauvages mise à part le Prewielski. La très longue histoire de la domestication a modifié jusque dans leurs gènes les chevaux parmis d'autres espèces.

Preuves s'il en est, que la réponse à la question "l'inné ou l'acquis ?" ne peut être qu'un constat d'étroite interdépendance entre les facteurs génétiques et environnementaux auxquels il faut ajouter la culture pour l'homme.

Les conditions de vie, en premier lieu, sont de nature à modifier une espèce : l'alimentation, le climat, la sélection de critères spécifiques de reproductions, la "sécurisation" du territoire…

La domestication est à l'origine toujours **une question d'intérêt réciproque** : l'ancêtre du chien par ces hurlements en suivant les campements, a rassuré paradoxalement les hommes, sa présence éloignant tout autre prédateur.

Le cheval, comme d'autres herbivores à son contact, a trouvé de quoi se nourrir et s'abreuver dans les périodes sèches ou froides.

Le sel, grande trouvaille de l'humanité nous a rapprochés plus encore des mammifères.

Les conséquences de ces domestications sont dans les fondements même des cultures de tous les peuples du monde. Le rapport permanent, quotidien, vital au monde animal à donner une matière infinie aux constructions symboliques et imaginaires des hommes.

Plus encore le cheval est entré dans “la maison” c’est-à-dire dans l’environnement immédiat des hommes, avec tout ce que cela représente dans la longue construction psychoaffective des individus.

La “relation à l’autre” est pour l’homme comme pour le cheval un besoin fondamental.

Les animaux et en particulier le cheval ont assurés une fonction de médiation, de lien social. Cela aussi nous parait bien désuet aujourd’hui, mais sans chevaux le monde aurait été bien grand pour des bipèdes qu’ils s’appellent Alexandre le Grand, Gengis Khan ou Napoléon.

Ainsi, pas à pas des hommes et des chevaux ont appris à vivre ensemble souvent par la contrainte pour les seconds ou au moins par intérêt réciproque.

Pour ce qui nous intéresse, le contact avec les chevaux, espèce domestiquée, permet une réinitialisation du “sens social”, c’est-à-dire une réapropriation de cette faculté qu’on les hommes (et les chevaux) à toujours communiquer, à tisser des liens, à élargir le champ environnemental de leur évolution.

Au même titre que l’eau ou l’air nous sont indispensables, il est fort probable que le contact avec le monde animal sur le plan de nos aptitudes relationnel le soit aussi.

Le phénomène décrit par Lorenz déjà évoqué, de l’imprégnation a empiriquement permis d’établir les premières bases du dressage et de l’équitation, le reste est l’affaire de quelques millénaires de culture équestre dans tous les pays du monde.

III-3 L'ÉQUITATION

De nombreux auteurs contemporains "les nouveaux maîtres" nous présentent "des recettes" à l'usage des amateurs :

Rechercher toujours la moindre pression, le geste juste, "avoir du tact", trouver le bon équilibre est l'objectif permanent de tous les cavaliers et de tous les dresseurs.

Les éthologues nous font remarquer qu'une intervention "sans contrainte" apparente est quelquefois loin de l'être sur le plan des réactions physiologiques.(jean claude Barrey)

L'éthologie et les pratiques de dressage si élaborées fussent-elles ne sont pas à mettre sur le même plan.

La littérature plus classique "des maîtres" en la matière si elle fait état de rectitude et de discipline fait aussi référence à la légèreté, au calme, à la souplesse, à la justesse des aides, en résumé "l'art et la manière".

Nous pouvons bien sûr prendre ces principes pour conduite mais si l'intention est louable et la perfection à rechercher, la modeste expérience des chevaux et de la pédagogie que j'ai pu acquérir me laisse penser que les choses ne sont pas toujours aussi simples que le mode d'emploi décrit par les auteurs.

La relation avec le cheval se vit, elle est faite d'échecs, de joies, de frustrations, d'incertitudes, d'émotions. C'est une relation à part entière et chacun à sa manière selon les circonstances, découvre, construit. C'est d'ailleurs probablement là que se situe la passion des chevaux qui anime tant de cavaliers.

L'état émotionnel du cheval et celui du cavalier vont profondément agir sur la nature de leur relation.

Le calme du cavalier, sa patience, son sens de la justesse de l'action, sont le meilleur chemin vers le but ultime : l'équilibre, la connivence parfaite ; pourtant il n'en est pas moins vrai que ce rapport est aussi celui de deux caractères, de deux espèces qui ne parlent pas à priori le même langage.

Souhaiter éduquer, dresser ou monter un cheval sans qu'aucun instant, aucun moment de confrontation, de maladresse vienne perturber nos bonnes intentions est bien illusoire et source de déception.

Chacun des deux partenaires fait valoir sa capacité à résister à l'autre, et avec les ressources propres à son espèce déploie toute la gamme des comportements pour parvenir à ses fins.

. Sur tous les continents des peuples cavaliers sont toujours arque boutés à leurs pratiques de soumissions : chevaux au poteau en argentine, "casser un cheval" au Etats-Unis ("to brake a horse") toutes méthodes qui n'ont d'autre but de rassurer l'homme de sa toute puissance face à un comportement animal imprévisible.

Bartabas parmi d'autre exploite habilement la rétivité de certains de ces chevaux qui excellent dans l'art de faire la grimace, oreilles couchées et dents en avant.

Nous pouvons aussi constater la passivité de cavaliers débutants rapidement débordés. Le cheval trottine, s'arrête pour manger, repart, divague...

Le cavalier subit, enrage de son impuissance. Le point de rupture atteint, la colère, le "ras le bol" finit par déclencher des actions souvent inappropriées mais qui ont le mérite de remettre la pendule des émotions à l'heure.

Il est vrai que ce n'est pas la meilleure façon de mettre le cheval en confiance, mais il est surprenant de voir que si la colère permet à celui qui en est "victime" de se débarrasser de ces inhibitions, le cheval pour finir rencontrera un individu entier, vrai dans son comportement.

Inutile de préciser que le plus dur restera à établir : renouer avec un rapport de confiance.

L'équitation qu'elle soit thérapeutique, de loisir, ou sportive est une activité d'expression avec tout ce que cela implique du contenu émotionnel des acteurs.

IV-1 UNE RELATION THÉRAPEUTIQUE

Tous ce que nous avons évoqué jusqu'à présent peut paraître éloigné de notre préoccupation initiale, se sont pourtant les détours préalable à l'approche de notre sujet et nous y trouverons les deux directions de travail qui sont possibles à des fins thérapeutique.

Si l'on considère le comportement du cheval et ses conséquences toniques, nous avons vu que deux cas de figures se présente :

Réactivité du cheval et réponses toniques diverses en intensité dues à des stimulis de toutes origines : bruits, situation étrangère, interaction d'un congénère et bien sûr actions du cavalier.(équitation active)

Ou comportement tranquille, dans un environnement connu, a proximité de congénères et sans sollicitations du cavalier.

-Ces deux types de comportements, seront les deux axes de travail pour des effets thérapeutiques foncièrement différents.

Le plus facile à décrire est du coté de **l'équitation active.**

Le sujet aura à adapter en permanence son propre comportement à celui du cheval s'il veut parvenir à ses fins : gérer sa direction, son allure ...

Trop de jambes, ou de mains, un équilibre mal assuré, des réponses mal synchronisées avec celles du cheval et plus rien ne fonctionne.

Dans cet échange, le cavalier a à déployer toute la gamme de son potentiel :

coordination, indépendance des chaînes motrices, contrôle de ses émotions ou acceptation de situations non contrôlées etc.

Nous sommes là dans le registre de l'équitation adaptée ou des indications de rééducation quelque soit la nature du handicap.

L’autre effet thérapeutique et non le moindre est plus complexe à aborder.

Il s’agit de cette capacité qu’auraient les chevaux à produire un climat de sérénité, de “ré assurage” :

Les thérapeutes parlent dans ces moments de sensations qui pourraient s’apparenter au “Holding” de Winnicott.

Le parallèle est en effet possible, puisque porté, le sujet est balancé, et découvre son environnement sans avoir à mettre en fonction sa propre capacité motrice.

Cette phase pendant laquelle l’enfant, ne fait qu’un avec sa mère dans ses déplacements, est pour Winnicott un passage nécessaire dans notre construction psycho affective.

Cette explication, a le mérite de mettre ce phénomène en image, mais considérons le avec la lorgnette de l’éthologue et des principes d’isopraxie et d’isoesthésie.

Ce que nous considérons comme banal (le fait d’être porté par un cheval) ne l’est pas.

Nous montons un cheval, au pas, “en main” (ou au trot), en promenade et rien ne se passe. aucune sollicitation ne dérange notre cheval, si ne n’est notre poids, et quelques actions parasites maladroites auxquelles il est fort habitué.

Pour peu que la séance se déroule avec des chevaux vivant ensemble, et que l’itinéraire ou l’environnement leur soit connu, les chevaux n’ont aucune raison de passer à un régime tonique supérieur de celui qui leur permet simplement de se déplacer.

Dans ce type de comportement, le cheval est dans la même situation déjà évoquée d’un déplacement sans contrainte, sans sollicitations particulières son système neuro moteur est “en veille”.

C’est à ce niveau que se situe sans doute la particularité de cet effet thérapeutique. Par un effet de contagion émotionnelle (isoesthésie) le cavalier s’imprègne de l’état du cheval qui sans alerte, sans sollicitation est sans réaction.

Alors que nous sommes (le cheval et nous) dans une situation évaluée comme totalement critique par tous les “appareils” de nos organismes respectifs sophistiqués, **finalement rien ne se passe de ce qui devrait se passer dans la logique des choses.**

L’effet thérapeutique dont nous recherchons l’origine trouve son fondement dans ce paradoxe.

Un paradoxe en effet, car considéré sur le plan des structures psychiques archaïques que cela soit de l’homme ou du cheval, cet échange n’a aucune raison de laisser les appareils neuro végétatifs en sommeil et si ils le sont, c’est par une étrange alchimie entre les deux espèces .

La domestication, la culture et le savoir-faire du meneur de séance en sont les ingrédients.

Notre horloge interne, régler par notre éducation, nos apprentissages, ainsi que celle du cheval nous propose une relation paisible, mais au coeur de cette organisation psychique complexe les programmes initiaux des deux espèces sont en veille.

L’état de quiétude, ainsi perçu dans ces instants pourrait être le résultat d’**une émotion paradoxale** d’autant plus fine et profonde qu’elle est à l’opposé de celui que le système perceptif attend.

Nous pourrions sans doute élargir notre réflexion à d’autres processus paradoxaux qui sont à la base de notre évolution, y compris parmi les éléments naturels et l’usage que nous en faisons : le feu source d’angoisse de nos ancêtres devenu symbole du bien-être-et de “ la maison ” en est un autre exemple.

De nombreuses situations de contact avec d’autres espèces également fondées sur le même principe. C’est sans doute le cas si nous observons la sérénité d’un homme au milieu des oiseaux volant autour de lui ou lorsque l’apiculteur est tranquillement occupé à son travail au milieu de milliers d’abeilles.

V-1 LE THÉRAPEUTE

L'emploi du terme thérapeute, est à prendre bien entendu dans le contexte du type de thérapie que nous avons envisagé.

Le thérapeute n'est dans cette optique qu'un "simple" organisateur de rencontre entre les deux espèces.

Son savoir-faire, son savoir-être avec le cheval autant qu'avec ses congénères va lui permettre d'être l'interprète entre deux individus, entre deux organismes, entre deux registres comportementaux.

La sensation paradoxale vécue par le cavalier (que nous avons évoquée) est et de nature à favoriser un réassurage, un ancrage dans une relation "sécure".

Sur un autre plan, dés lors que le sujet agit, se risque à l'initiative, il développe des compétences, renforce sa confiance.

La mission du thérapeute sera alors de composer avec :

-une pratique "passive" le plus souvent au pas ou au trot destinée à permettre au sujet de bénéficier de cette "sensation paradoxale".

Une pratique active où le sujet est en position de partenaire avec le cheval et par laquelle le jeu des actions, des aides, des réactions, peuvent s'établir avec toute sa richesse.

De l'impunité (il ne peut rien m'arriver) à la responsabilité (c'est à moi de décider), de l'immunité à la prise de risque, tout l'intérêt de l'activité équestre réside dans cet échange dans une alternance permanente d'état émotionnel : sentir, subir, accepter, lâcher prise ou choisir d'agir.

Le thérapeute, dans cette relation d'échange, aura à réguler, anticiper, afin d'ajuster au plus près de l'objectif défini par le projet thérapeutique.